

ひとから真に求められる『心のケア』を考えます

# べとれへむの風

発行：べとれへむの園病院 隔月15日発行 編集：広報委員会  
住所：東京都清瀬市梅園三丁目14番72号 ☎042-491-2525 URL: <https://www.betohp.net>



No.126

## 新刊【戦う脳外科医の傷あと】 2024年9月

院長 青木 信彦



イギリスの出版社 Index of Sciences Ltd. Kemp House の依頼を受けて本を出しました。

タイトルは「戦う脳外科医の傷あと」です。原著では Advancement in Neurosurgical Practices: A Case-

Based Approachとなっています。もちろん著者の所属は **べとれへむ** です。

今では稀少となった脳外科医ですが、1960年代に放送された米国のテレビドラマ「脳外科医ベン・ケーシー」でその存在が有名になり、日本でも多数の脳外科医が誕生しました。(ケーシー型という白衣の元祖です)

CTスキャンのない時代でした。はじめてCT画像を見た学会の帰り道、衝撃のあまり方向すら分からなくなって、さまよい歩いたのを思い出します。医師の働き方改革など夢の夢でした。

スネにキズのない脳外科医はいません。一定の確率で、自分の執刀した手術で患者さんへ大きな後遺症や生命の危険な状態まで作ってしまうことは避けられないのです。そんな場合、患者さんとともにその脳外科医も病気になることもあります。これを「患者／医師共倒れ症候群」と言います。

多い少ないはあっても脳外科医はだれもが罪を背負って生きているのです。

脳外科専門医試験はさらに過酷なものでした。通常勤務を終えてからの受験勉強です。合格率は60%程度でした。試験に落ちて自殺した脳外科医もいました。T大医学部卒業の医師でしたが、初めての屈辱に耐えられなかったのでしょう。

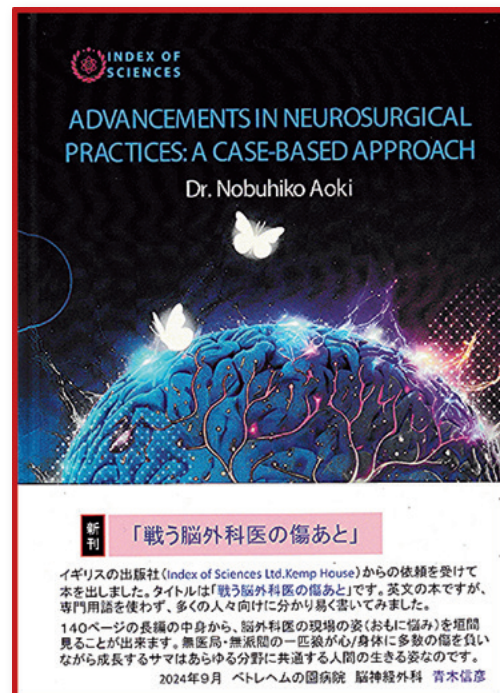
今回の出版の目的は ①貴重な体験を脳外科の発展へ貢献すること ②脳外科医としての罪の告白です。

筆頭著者で発表した原著英文140編の論文を題材にしていますが、すべてが自分の臨床経験です。

この本を読み直してみると当時がい思い出されて思わず“涙”です。

みなさん、ちょっとだけ目を通してみてはいかがでしょうか。英文ですが、原著の内容も専門用語も一般向けに分りやすく書き直しました。今回もQRコードを付けています。興味深い脳外科医の「裏の世界」を垣間見ることができます。

最後に聖書の言葉をそえます。「もし、自分の罪を告白するならば、神はその罪をゆるし、すべての不義からわたしたちを清めて下さる」(Iヨハネ1:9) ~合掌~



QRコードを  
開いてみましょう



べとれへむ

## 日本看護管理学会 (8月・名古屋) 参加報告

8/23、24看護管理学会に参加してきました。酷暑の名古屋でしたが、会場は参加人数も雰囲気も活気に満ちていました。学会会長の言葉に「限られた、尊い“いのち”の灯を輝かせるために、看護職は芸術と科学を駆使し、看護を描き出せる人でなくてはなりません」とありました。私の感性は刺激されましたし、人の心を動かすものは千差万別で、だから面白いと再確認できました。今後の看護管理に活かしていきます。ありがとうございました。

“油照出汁のおかわりひつまぶし”

看護部長 窪田 由佳

夏の名古屋の暑さと会場の人の熱気でややぼーっとなりながらも、様々な講演や演題を通して学ぶことができました。中でも「人間らしさを取り戻すケア～ユマニチュード～」の講演が印象的で講師のイブ・ジネスト氏は、講演後にたくさんの受講者に取り囲まれていて関心の高さが伺えました。

名古屋グルメも堪能し、楽しく参加させていただきました。

看護副師長 加藤 和佳



## 日本死の臨床研究会 関東甲信越支部大会 (6月・山梨) 参加報告

去る6月2日に「死の臨床における回復する力」の参加のため、山梨県に行ってきました。

高度にテクノロジーが発達した現代においても「あの世とこの世」という考え方は人々に浸透しています。今回の講演でも、死んだあとに「あの世」があることはわかりませんでした。そういったところが患者様の死に対する恐怖心を煽るのでしょうか。

死と向き合う患者様のこころのケアは難しい。現実的に死が迫った人の恐怖を理解することは不可能だが、共感しよう（理解しよう）とする姿勢が大切であるということ学びました。

恵林寺住職の古川周賢大師の言葉で「問題があまりにも大きく、手に負えなかつたら逃げてもいい。でも、必ずいつかこの問題を解決できるように自分を鍛

えなさい。怠らずに努める。」という言葉が心に残りました。

今回の講演は「死」から「生」を見つめる良いきっかけとなりました。

看護師 上野 明日香

登壇された仏教恵林寺住職も、がん研究所有明病院腫瘍精神科部長も、わからない死後を考えるより、今を、残された生を見つめることの大切さを同じく説かれており興味深く感じた。私は、毎月10人前後もの人生の最終段階にある患者様を看取る現場にあり、ACPに則ったケアは患者様本人が今の生をどう生きるかに直結すると実感する。患者様の生に対する思いを敏感に察知し実現する援助をしていくため自分のアンテナをもっと磨いていきたいと感じさせられた。

准看護師 宮地 野百合

日々死と関わるお仕事をさせてもらってる中で、死と向き合っている患者様ご家族様の心のケアの大切さ、理解することが難しくても寄り添い分かろうとする心の大切さ、それには関わる私達の心の大切さがある事を知りました。これからも患者様に寄り添い、患者様と私達の心のケアを大切にしていこうと思いました。

介護福祉士 菅原 恵理子

9月の健康公開講座

# 「丈夫な骨を作しましょう！」開催報告

管理栄養士 廣瀬 孝洋

年に1回、栄養科と薬剤科合同で行っている講座ですが、今年は9月5日に「丈夫な骨を作しましょう」をテーマにビタミンD、ビタミンKを中心に食事をしながら楽しく開催しました。骨を丈夫にすると聞けば栄養素としてカルシウムを思い浮かべるとは思いますが、カルシウムだけではなくビタミンDとビタミンKを一緒に取ることがとても重要なのです。

<b>カルシウム</b> (骨の材料) 乳製品、小魚、 緑黄色野菜、大豆製品	<b>ビタミンD</b> (カルシウムの吸収を 助けたり、骨にカルシウムを くっつける働き) 魚、きのこ類	<b>ビタミンK</b> (骨にカルシウムを くっつける働き) 納豆、緑色野菜
---	---	--

また、ビタミンDは日光に当たることで紫外線が皮膚の中にあるコレステロールの一種に届くと、それがビタミンDに変化します。紫外線による悪影響も指摘されていますが、「適度な日光浴」は必要です。夏は昼間の直射日光を避けて10～20分程度、冬は30分～1

時間程度を目安にしましょう。さらに「適度な運動」で骨密度の維持・上昇をさせる効果があります。激しい運動ではなく、散歩や軽いジョギングなどを継続して適度な運動をすることが大切です。

バランスの取れた食事で骨づくりに必要なカルシウム・ビタミンD・ビタミンKをしっかりと摂り、太陽と仲良くし、適度な運動をする。みなさんも日々の生活の中で今日から丈夫な骨づくりを始めてみませんか。

**食事**

カルシウムの吸収を促進する



ビタミンD  
ビタミンK  
をしっかりとって

**運動**

運動をすると骨力が  
向上となって  
骨形成を高めます



**日光浴**

ビタミンDは、日光  
中の紫外線によって  
皮膚で作られます





©José Luiz Bernardes Ribeiro

パストラルの窓から・別冊

## 能登半島地震被災地ボランティア体験記

被災地ボランティアに参加してきました。私はシスターズリレー（長期ボランティアが出来るよう、各修道会で2週間ずつ繋いでいく）で同じ修道会のシスターと2人での参加でした。ボランティアの内容としては、ボランティアさんの受け入れ準備、受け入れ、傾聴、買い出し、会計、工作、幼稚園の園児見守りなど。ボランティアさんが不安なく気持ちよく過ごし、活動出来るようにすることでした。

カリタス七尾ベースでは月に1回「1日の祈り」、毎週日曜日に「じんのびカフェ」を行っています。私は「じんのびカフェ」でお手伝いをする予定でしたが急遽変更。輪島七夕祭りで子供向けブースに参加することになり、シスターと急遽「輪投げ」をつくり七夕まつりに備えました。当日は沢山の子供たちが「輪投げ」コーナーに遊びに来てくれました。

視察では仮設住宅や大沢地区などに同行させて頂きました。大沢地区に行く途中、道路は地震の影響で沈下したり割れ目ができていたり、目の前に大きな穴があったりとまだまだ復興には時間がかかるだろうと感じました。私たちは仮設住宅の外を歩いている方や車で出入りしようとしている方などに声をかけ現状のお話を聞かせて頂きました。現地の方々とのつながりの中で、被災を経験しても明るく優しく元気に過ごされている様子を見て、人の絆を感じました。

被災地の日でも早い復興と、現地の方やボランティアの皆さんに、健康とその時々に必要な恵みが豊かにありますように。思いを寄せて祈ります。

シスター 齋藤



# ひふの話

その  
78

市川 雅子(皮膚科医師)

## シェーグレン症候群

猛暑は終わったようですが、まだ蒸し暑い日が続いています。しかし気温が下がってくると今度は乾燥する季節になってきます。紫外線で荒れた肌、日焼けした肌は、更に乾燥しやすくなっています。紫外線の防御を継続しつつ、保湿をしっかりおこないましょう。

さて、今回はシェーグレン症候群という病気のお話です。膠原病(自己免疫疾患)のひとつであり、目と口の乾きが起こるのが特徴で女性に多い病気です。歳を取ると健康な人も目が乾きやすくなり、唾液の分泌量も減ってくるのですが、シェーグレン症候群の場合、年齢に関係なく起こってきます。目の乾きは、パソコンやスマホなどの長時間使用などでも起こりますので、当初は「疲れ目」くらいにしか感じないと思います。しかし、それが徐々にひどくなるようなら眼科受診をお勧めします。口の乾きも、あまり自覚症状がない場合がありますが、以前より食事の際に



お水やお茶などを飲まないとのみこむのが辛くなったのなら、或いは虫歯が増えてきた、などの症状があるときは耳鼻咽喉科や歯科で診てもらいましょう。シェーグレン症候群は、上記のような唾液腺や涙腺の働きが悪くなる腺症状が病気の主体ですが、腺外症状、というものを合併することがあり、肺や腎臓、脾臓に障害が出たり、関節炎やリンパ節腫脹などが起こることがあります。そして皮膚にも赤い皮疹が出たりします。有名なのが顔にできる環状紅斑ですが、手足のしもやけ様紅斑などもあります。また、シェーグレン症候群は他の自己免疫疾患、例えば関節リウマチや強皮症などの合併もよく見られます。腺症状に対する治療は特效薬がないので対症療法になります。腺外症状の場合は、それぞれの症状に応じた全身療法がおこなわれますし、手足や耳などを冷やさないことも重要です。シェーグレン症候群は、患者さんによって目や口の乾燥以外にさまざまな症状が出ますので、それに対応できる科に通院します。また、膠原病ですので、できれば膠原病内科のある医療機関への通院もお勧めします。膠原病全般に言えることですが、体のあちこちに異常が出てきますので、主たるかかりつけ医に加えて、症状に応じて専門の科に通院することが良いでしょう。病気を心配しすぎず、しかし、無頓着にならず、体の声に耳を傾け、病気と上手につきあう術を身につけていきましょう。

## お知らせ

### ガラスハンドメイド作家 戸田恵子さんによる 作品展示 販売会

会 期●10月16日(木)  
開催時間●11:00~15:30



## 編集後記

キャッチーな「べとれへむ」のロゴ出現からしばらく経ちました。そもそもなぜフロジャク神父は日本人に分かりづらい「ベトレヘムの園」と名付けたのか。由来は聖書。

ベトレヘムはキリストの誕生の地名、神の愛と救いの現れた源です。

「園」はエデンの園、人が罪を犯す前、神と純粋な間柄で恵み豊かに過ごしたパラダイス(楽園)です。もう一つ、重要な園が、ゲツセマネの園。キリストが十字架にかかる前の夜、祈りを捧げた場所です。苦悩や悲しみをともなう熱烈な祈りは、自らの望みではなく神の意志に従う献身へと向かいます。

「ベトレヘムの園」に込めたのは、神、キリスト、そしてフロジャク神父自身の愛でしょう。ひとりひとりに届くことを祈ります。(T・Y)

